LE BONHEUR EN ENTREPRISE : TYRANNIE, LEURRE OU RÉALITÉ ?

Le bonheur… cet état étrange et délicieux, que l'on saisit à travers notre corps avec ces sensations de légèreté qui nous comblent jusqu'à notre conscience. Il nous revitalise, nous mobilise, fait pétiller nos yeux reflets de l'indicible… Il nous permet de nous relier à nos valeurs, de créer et de nous projeter dans l'avenir. Cet état de bien être intérieur peut se manifester épisodiquement ou faire partie de notre qualité d'être à la vie. Le bonheur ne s'affiche pas mais se communique avant tout d'inconscient à inconscient et tend à se partager. Il ne s'agit pas de suivre un mode d'emploi pour y accéder. Chacun d'entre nous dépose dans le réel notre singularité pour le réaliser. Et comme en amour, il y a le risque d'être déçu. La question est : que faisons nous de cette déception ? La fonction de la déception, quand elle est correctement intégrée dans le fonctionnement psychique, est de recréer le désir et de continuer à vivre, libre. Cette capacité à se libérer de nos chaînes qui nous retiennent dans une situation de complaisance masochiste sous tend un travail de connaissance de soi.

Mieux se connaître c'est trouver son propre idéal et ne pas user son énergie à envier l'autre ou à ne regarder que ce que l'on pense que l'autre a et qui nous manque… mieux se connaître c'est nourrir ses pulsions de vie et non de destruction pour espérer et sûrement réussir à améliorer le rapport à notre histoire. C'est être responsable.

Alors le bonheur est il possible en entreprise ? Mes collègues psychologues du travail visent à accompagner l'organisation du travail à être responsable, et c'est une mission tout à fait louable et essentielle. Mon ami DRH m'a aussi souligné que le travail c'est un labeur dont chaque salarié est responsable, qui nous permet d'acquérir la reconnaissance, dont financière mais pas que, et il a raison. Quand l'organisation du travail n'apporte qu'un grand vide à un manque, quand elle est source de frustration, alors c'est un gouffre dans lequel nous projetons tous nos fantasmes, même les plus morbides, et ça peut faire mal.

Même si l'entreprise est garante de l'organisation du voyage, il n'empêche que l'individu est le premier acteur de cette aventure : confier à l'Autre le pouvoir tout entier de nous octroyer ou de nous priver du bonheur c'est accepter d'être dépendant, et donc irresponsable. La question est alors : Nous sentons nous coupables de vivre le bonheur ? Mieux se connaître c'est rendre disponible toutes nos ressources, enfouies dans notre biologie, notre corps, notre esprit et notre coeur pour accepter ce que nous ne pouvons pas changer et nos erreurs, et agir en conscience sur ce que nous pouvons changer, en respectant nos valeurs. Le bonheur serait un pacte avec nous même, nous permettant sérénité intérieure et harmonie avec l'extérieur, et c'est là que réside le challenge de la compétitivité des entreprises.

Le 5 avril 2015
Nawal AKKAL

AKKAL Nawal - Psychologue | +33 6 68 85 26 14 | akkal.nawal@gmail.com | www.akkal-psychologue.com